

Nieuwegein, 10 september 2022

Catalogus

VOORWOORD

HOE LEEN IK EEN BOEK?

REGELS VOOR HET LENEN

BOEKEN –

- Amerikaanse in Nederland
- Transgender
- Nazaat van tot slaaf gemaakte
- Hoogbegaafd
- Automutilant
- Ex-mindergeletterde
- Niet Aangeboren Hersenletsel
- Vrouw met autisme
- Vluchteling
- Complexe PTSS
- Ex-verslaafde

Welkom bij de Living Library!

In de Living Library lees je geen boeken, maar mensen. Interessante mensen die je in het dagelijks leven niet snel spreekt. Klopt wat we denken over mensen op basis van de buitenkant wel met de werkelijkheid?

In een open gesprek kan alles gevraagd en besproken worden. Durf jij het aan?

De Living Library is een beproefd concept van Deense oorsprong, dat mensen met elkaar in contact brengt om zo vooroordelen te onderzoeken en tegen te gaan. Net als in een gewone bibliotheek waar boeken toegang geven tot onbekende werelden, biedt de Living Library bezoekers ook de mogelijkheid in de belevingswereld van een ander te stappen. Op een hele simpele manier: door onbevangen met elkaar in gesprek te gaan.

De voornaamste initiator van het project is Europe Direct. Europe Direct brengt Europees beleid dichtbij de mensen. In dit geval gaat het om respect voor diversiteit. Wij wonen met heel veel verschillende mensen in Europa, soms zonder veel van elkaar te weten. Met de Living Library komen mensen dichterbij elkaar.

HOE LEEN IK EEN BOEK?

1

Blader door de catalogus en kies een Boek.

2

Registreer uzelf bij de Living Library balie om een boek te lenen.

3

**Een van de vrijwilligers zal u voorstellen aan het Levende Boek!
U heeft 20-30 minuten met het Boek te besteden.**

**Als u vragen heeft zijn er vrijwilligers aanwezig om te helpen!
Aarzel niet om hen te benaderen.**

REGELS VOOR HET LENEN

- 1. Alleen geregistreerde lezers die de regels van de Living Library accepteren en opvolgen mogen een Boek lenen**
- 2. Als het Boek dat u wilt lenen op dat moment niet beschikbaar is, kies dan een ander Boek, of wacht op een moment dat het Boek wel beschikbaar is .**
- 3. Boeken kunnen niet gereserveerd worden**
- 4. Twee lezers kunnen tegelijk een Boek lenen, maar alleen als zij elkaar kennen. Bovendien moet het gewenste boek hiermee akkoord gaan**
- 5. Er mag één boek tegelijk worden geleend**
- 6. De lezer is verplicht om het Boek in goede mentale en fysieke staat terug te brengen. Geweld, vloeken en beledigend gedrag wordt niet getolereerd. Een lezer die hier niet aan voldoet wordt verwijderd van de Living Library**

- 7. Het Boek mag het gesprek op elk moment beëindigen als hij/zij het gevoel heeft dat zijn privacy wordt aangetast of als de lezer zich onacceptabel gedraagt**
- 8. Een Boek heeft het recht om een lezer te weigeren.**
- 9. Iedereen ouder dan 14 jaar mag een Boek lenen. Lezers onder deze leeftijd moeten vergezeld zijn door een ouder of verzorger**

Amerikaanse in Nederland

21 jaar geleden ben ik mijn Nieuwegeinse man gevolgd naar Nederland. We wonen nu in Nieuwegein en hebben twee kinderen.

Er zijn uiteraard verschillen tussen Amerika en Nederland. Ik moest er bijvoorbeeld aan wennen om een tas mee te nemen naar de supermarkt. Wel fijn trouwens dat de supermarkt met de fiets bereikbaar is, maar hoe moet je fietsen als al je boodschappen in een doos zitten, omdat je je tas vergeten bent?

In vergelijking met Amerikanen kunnen Nederlanders heel directe vragen stellen, maar ik weet dat ze dat doen uit positieve belangstelling. Ik voer het gesprek het liefst in het Nederlands, maar het is geen probleem als de lezer omschakelt naar Engels.

Van Evert naar Eveline : Eveline kiest voor zichzelf

Mijn hele leven heb ik mij afgevraagd wie en wat ik ben. Zo'n twintig jaren geleden ben ik er uiteindelijk achter gekomen dat mijn hoofd en mijn lichaam verschillende genders hebben. Voor mijn vrouw en kinderen was het een behoorlijke verrassing toen ik hiervoor uit kwam. Ik heb ervoor gekozen om mijn transitie van Evert naar Eveline heel geleidelijk te doen en mijn (sociale) omgeving daar aan te laten wennen. Daar heb ik overwegend goede reacties op gehad.

Natuurlijk zijn er mensen die er niets mee te maken willen hebben en voor wie het allemaal niet hoeft, maar anderen laten mij mijzelf zijn. Een paar jaar geleden hield Zorgbelang Inclusief een interview met mij. Ook al zijn de omstandigheden inmiddels anders, dit interview is een goede introductie op ons gesprek.

Nazaat van tot slaaf gemaakten

'Het is al zo lang geleden, moeten we het daar nog steeds over hebben?'

Een veelgehoorde opmerking als het over slavernij gaat. Mijn antwoord is ja, omdat sporen van slavernij, zoals racisme, tegenwoordig nog volop zichtbaar zijn. We hoeven niet vanuit schuld over slavernij te praten, maar wel vanuit erkenning van de trans-Atlantische slavernij en de uitwerking daarvan. Je verdiepen in de ander, hoe die persoon de dingen ervaart, daar gaat het om. Ik werd bijvoorbeeld zelf in de trein erop aangesproken dat ik in de eersteklascoupé zat, terwijl ik daarvoor een geldig vervoersbewijs had. Waarom werd die vraag aan mij gesteld en niet aan de andere passagiers? Ook al bereik ik vandaag maar 1 persoon die zich hierin wil verdiepen, dan ben ik al geslaagd.

Hoogbegaafd

Van jongs af aan weet ik al dat ik hoogbegaafd ben. Op de lagere school was ik de beste van de klas en ging het tempo van mijn klasgenoten me te langzaam. Na mijn studies (Bedrijfskunde en Engels) heb ik de toelatingstest voor de Mensa gedaan, de vereniging voor hoogbegaafden. Hoogbegaafdheid betekent dat ik veel dingen kan en in veel dingen geïnteresseerd ben. Je ziet dat terug in mijn carrière. Zo was ik o.a. beroepsmilitair (luitenant-kolonel), stand-up comedian (ik heb nog geopend voor Javier Guzman), universitair docent en auteur. Momenteel ben ik zelfstandig ondernemer en coach ik mensen om in 90 seconden een pitch te houden. Daarnaast zijn er nog veel interesses waar ik me mee bezighoud, zoals storytelling, sudoku, voor groepen spreken... Te veel om op te noemen.

Automutilant

Op mijn zevende kreeg ik last van een depressie. Sinds mijn twaalfde ben ik begonnen met mezelf te snijden en te branden, als een uitlaatklep van het niet kunnen omgaan met hoe ik me voelde.

Er is een persoonlijkheidsstoornis bij me vastgesteld waarvoor ik nu 18 weken doordeweeks opgenomen ben in een GGZ-instelling. Ik heb een vermijdende persoonlijkheidsstoornis, die ervoor zorgt dat ik niet snel op mensen zal afstappen. Ik verwacht dat ik niet snel geaccepteerd word in een groep. Ik ben ook gediagnosticeerd met autisme.

Als ik korte mouwen draag, dan zien mensen uiteraard dat ik mezelf beschadigd heb. Ik zie ze wel kijken, maar er heeft nog nooit iemand vragen aan me gesteld daarover.

Ex-mindergeletterde

Als kind wist ik al dat ik moeite had met lezen en schrijven. Daar werd destijds niet veel mee gedaan. 'Ga jij maar kleuren,' kreeg ik te horen. Tegelijkertijd mocht ik niet spelen met mijn vriendinnetje die de beste van de klas was. Dat zou slecht voor haar zijn. We werden bewust uit elkaar gehouden.

Het deed veel met me dat ik als dom werd bestempeld. Het werd benadrukt dat ik iets niet kon wat een ander wel kon. Ik werd er agressief van. Alles wat niet mocht, dat deed ik. Achteraf bezien had ik een arm om me heen nodig gehad en iemand die interesse had in mij. En dat kreeg ik niet.

Ik heb diverse opleidingen gevolgd, waarvan de laatste een opleiding van drie jaar voor mediumschap. Mijn klasgenoten bleken allemaal hoogopgeleid te zijn. In de opleiding moesten we veel samenwerken; mijn klasgenoten hadden mij nodig en ik hen ook. Voor het eerst voelde ik me gelijkwaardig en gewaardeerd.

Wat ik in mijn leven heb geleerd is dat je met wilskracht veel kunt overwinnen en dat je je niet hoeft te schamen voor wat je niet kunt. Ik heb zelfs een boek geschreven en ben nu bezig met de tweede.

Niet Aangeboren Hersenletsel

De wereld verandert. Jij verandert. Je leven staat op z'n kop. Niets is meer zoals het was. Als kind raakte ik, na een ernstig verkeersongeluk, in coma. Na acht weken ontwaakte ik maar kon niets meer.

Adem halen en knipperen met mijn ogen was alles wat ik kon. De verwachtingen op herstel waren er niet. Zoals het was, zo zou het blijven, dat zeiden de artsen. Mijn sterke karakter heeft ervoor gezorgd dat de artsen uiteindelijk ongelijk kregen. Gelukkig maar. Want daarom kan ik nu hier mijn verhaal doen en vertellen welke strijd ik heb moeten leveren om te komen waar ik nu ben.

Maar het heeft zeker en helaas ook een andere kant. De hersenschade die ik met me meedraag, is niet mis. Daar moet ik mee leven en is waar ik elke dag hinder van ondervindt. Een blok aan je been. Als de motor van een auto defect of deels defect is zal ie nooit goed rijden. Ook al ziet de auto er goed uit. Zo is het ook met de menselijke motor; De hersens. "De zichtbare beschadigingen zijn langzaam weggeëbd maar het onzichtbare zal altijd deel uitmaken van mijn ik." NAH ofwel Niet Aangeboren Hersenletsel. Niet te zien maar wel aanwezig.

Nu geef ik lezingen over dit onderwerp en ben ik "levend boek". Het voordeel van een levend boek is dat je meteen antwoord krijgt. Zo wil ik anderen mensen het "onzichtbare" van NAH laten zien om zo meer begrip kweken. Wil je weten waar ik nu sta ik het leven? Kom mij dan "lezen". Schroom niet om vragen te stellen.

Ik ben een open boek. Met destijds, een toekomstbeeld als dichte mist, schijnt voor mij nu de zon.

Vrouw met autisme

Omdat het niet aan me te zien is en vaak ook niet te merken, geloven mensen me niet als ik zeg dat ik autisme heb. En toch heb ik het... Ik heb mezelf aangeleerd hoe ik het voor anderen zoveel mogelijk kan verbergen. Dat valt echt niet altijd mee. Wil jij weten hoe het voor mij als vrouw is om te leven met autisme? Of ik wel een normaal leven kan leiden met een partner? Of ik wel kan werken en meedoen in de maatschappij?

Kom het mij vragen, ik vertel het je graag.

Vluchteling

Dit levende boek is om politieke redenen naar Nederland gekomen. Het was eigenlijk geen keuze, want Syrië was niet meer veilig voor haar en haar man. Inmiddels is zij zes jaar in Nederland. In het begin was het heel spannend, want hoe werkt alles hier? Misschien is er soms bureaucratie, maar er is in ieder geval geen corruptie. Momenteel werkt zij als systeembeheerder en deelt ze graag haar ervaringen met jou. Ook vertelt ze graag over de huidige situatie in Syrië.

Complexe PTSS

'Dit levende boek heeft complexe PTSS. Dat betekent dat sommige mensen je al snel 'gek' vinden. Anderen denken makkelijke oplossingen te kunnen geven. Ze heeft lang gedacht dat de PTSS kwam door een heftig auto ongeluk, maar eigenlijk zit het dieper: zij is als kind emotioneel verwaarloosd. Door intensieve therapie leert ze nog steeds weer nieuwe dingen over haar verleden, en kan zij langzaam weer vooruit gaan kijken.'

Ex-verslaafde

Rond mijn 25^e raakte ik verslaafd aan alcohol, doordat ik niet kon omgaan met de scheiding van mijn ouders, die 33 jaar getrouwd waren geweest. Mijn eigen relatie van zeven jaar kreeg hierdoor ook een breuk. Na de scheiding van mijn ouders heb ik mijn moeder een jaar in huis gehad, waar ik soms voor haar zorgde in de periode dat het niet goed ging. Mijn moeder heeft een chronische bipolaire stoornis en de periode na haar scheiding en dat ze bij mij was heeft ze een psychose gehad en later een keer medicijnvergiftiging. Na een jaar kreeg mijn moeder een vriend en vertrok ze naar Brabant. Toen was ik op mezelf en voelde ik diepe emoties die ik niet verwerkt had. Mijn vader merkte op dat het niet goed met me ging en deed een interventie in huis, toen begon het balletje te rollen. Ik kwam in een psychiatrische kliniek terecht en daarna in een beschermde woonvorm waar ik 1 jaar heb gewoond. Dit ging allemaal niet en toen ben ik naar mijn moeder/stiefvader gegaan in Brabant. Hier ging het ook niet en na 2 jaar lag ik in coma voor 8 dagen. Hieruit gekomen kwam ik in een verslavingskliniek terecht. Hier keek ik in de spiegel en herkende mezelf niet meer. Ik was alles kwijt en had nog een beetje van mezelf om voor te vechten en dit deed ik. Ik ben nu 11 jaar clean, dankzij de Na (narcotic anonymous), mijn herstelhond, maar ook door veel in de natuur zijn, alleen zijn en mijn emoties omarmen en ermee om leren gaan. Ik kan nu terugkijken naar waarom ik verslaafd ben geraakt.